

# SVIATOSŤ ZMIERENIA

V podobenstve o márnotratom synovi nám Pán Ježiš chcel povedať aj to, že nebeský Otec aj nás prijme späť za svoje deti, ak oľutujeme svoje hriechy a prisľúbime, že sa polepšíme a nebudeme viac hrešiť.

Pán Ježiš ustanovil túto sviatosť, keď prišiel po vzkriesení medzi svojich apoštolov a povedal im: „Prijmite Svätého Ducha. Komu odpustíte hriechy, budú mu odpustené, komu ich zadržíte, budú zadržané“ (Jn 20, 22).

## **Päť častí sviatosti pokánia:**

1. dobre spytovať svoje svedomie,
2. oľutovať svoje hriechy,
3. predsavzatie viac nehrešiť,
4. úprimne vyznať svoje hriechy,
5. vykonať kajúci skutok.

## **Ako sa spovedať?**

Pomodliť sa modlitbu k Svätému Duchu /napr. Kráľu nebeský/, aby mi pomohol dobre si pospytovať svedomie. Snaž sa rozpamätať na všetky hriechy, ktoré si spáchal /od krstu alebo od poslednej sv. spovede/. Polož si aj tieto otázky: *Kedy som sa naposledy spovedal? Nezatajil som ťažký hriech? Nezabudol som vyznať ťažký hriech? Ako som splnil predsavzatia polepšiť sa?* Pri spytovaní svedomia si môžeš pomôcť spovedným zrkadlom (Modlitebník *Hore srdcia* s. 82-84).

## **PRIEBEH SVIATOSTI ZMIERENIA**

Po príchode do chrámu sa spoločne alebo každý sám pomodlí

*Zvyčajný začiatok:*

**Požehnaný Boh náš teraz i vždycky i na veky vekov.**

**Amen.**

**Svätý Bože, svätý Silný, svätý Nesmrteľný, zmiluj sa nad nami.**

**Svätý Bože, svätý Silný, svätý Nesmrteľný, zmiluj sa nad nami.**

**Svätý Bože, svätý Silný, svätý Nesmrteľný, zmiluj sa nad nami.**

**Sláva Otcu i Synu i Svätému Duchu.**

**I teraz i vždycky i na veky vekov. Amen.**

**Presvätá Trojica, zmiluj sa nad nami.\* Pane, očist' nás od našich hriechov.\* Vládca, odpust' nám naše neprávosti.\* Svätý, príd' a uzdrav naše slabosti pre svoje meno.**

**Pane, zmiluj sa. 3x.**

**Sláva Otcu i Synu i Svätému Duchu.**

**I teraz i vždycky i na veky vekov. Amen.**

**Otče nás, ktorý si na nebesiach,\* posväť sa meno tvoje,\* príd' kráľovstvo tvoje,\* bud' vôľa tvoja ako v nebi tak i na zemi.\* Chlieb náš každodenný daj nám dnes\* a odpust' nám naše viny,\* ako i my odpúšťame svojim vinníkom,\* a neuved' nás do pokušenia,\* ale zbav nás zlého.**

**Lebo tvoje je kráľovstvo a moc i sláva, Otca i Syna i Svätého Ducha, teraz i vždycky i na veky vekov.**

**Amen.**

Potom nasledujú tropáre, 6. hl.:

**Zmiluj sa, Pane, nad nami, - zmiluj sa nad nami, - lebo nijakú inú obranu nemáme, - len túto modlitbu ti, ako svojmu Vládcovi, my hriešni prednášame: - „Zmiluj sa nad nami.“**

**Sláva Otcu i Synu i Svätému Duchu:**

**Pane, zmiluj sa nad nami, - ved' v teba dúfame. – Nehnevaj sa veľmi na nás, - ani nepamätaj na naše neprávosti, - ale aj teraz na nás láskavo zhliadni – a zbav nás našich nepriateľov. – Ved' ty si náš Boh a my sme tvoj ľud, - všetci sme dielom tvojich rúk – a vzývame tvoje meno.**

**I teraz i vždycky i na veky vekov. Amen:**

**Požehnaná Bohorodička, - otvor nám bránu milosrdenstva. – V teba dúfame, nedaj nám zahynúť, - ale daj, aby sme sa skrze teba zbavili svojich bied, - ved' ty si záchrana kresťanského rodu.**

Ak si pripravený /á/ na spoveď, pristúp ku kňazovi, **pozdrav sa**, na slová kňaza Požehnaný Boh náš **sa prežehnaj**, odpovedz **Amen** a začni:

**Spovedám sa Pánu Bohu i Vám otče duchovný, že od /krstu/ poslednej svätej spovede som spáchal /a/ tieto hriechy:** tu povedz všetky hriechy, na ktoré si sa rozpamätal /a/; hlavne ťažké a ich počet i okolnosti. Keď sa už na viac hriechov nepamätáš, povedz: **Na viac hriechov sa už nepamätám.**

Potom pozorne počúvaj poučenie, ktoré ti kňaz povie a tiež kajúci skutok, ktorý ti kňaz uloží.

Keď ťa kňaz vyzve, aby si ľutoval /a/ za svoje hriechy, úprimne v kajúcnosti povedz:

**Ľutujem z celého srdca všetky svoje hriechy, vedomé i nevedomé, ktorými som urazil /a/ najláskavejšieho Boha. Silne sľubujem viac nehrešiť a každej príležitosti ku hriechu sa chrániť budem. Prosím o rozhrešenie.**

**Keď ťa kňaz rozhrešuje, prežehnaj sa a potom povedz: Bohu vd'aka!, pozdrav: S Pánom Bohom! a môžeš odísť.**

Po spovedi si čo najskôr vykonaj uložený kajúci skutok, aby si ho nezabudol /-dla/ a pamätaj stále na predsavzatie, ktoré si dal /a/ v sv. spovedi, že sa polepíš a chráň sa podľa možností každého hriechu!

Sviatosť zmierenia ukonči modlitbami:

**Dôstojné je velebiť teba, Bohorodička, - vždy blažená a nepoškvrnená Matka nášho Boha. – Čestnejšia si ako cherubíni – a neporovnateľne slávnejšia ako serafíni, bez porušenia si porodila Boha slovo, - opravdivá Bohorodička, vebíme ťa.**

**Sláva tebe, Kriste Bože, naša nádej sláva tebe.**

**Sláva Otcu i Synu i Svätému Duchu. I teraz i vždycky i na veky vekov. Amen. Pane, zmiluj sa, Pane, zmiluj sa, Pane, zmiluj sa, požehnaj.**

**Kristus, náš pravý Boh, na prosby svojej prečistej Matky, našich prepodobných a bohonosných otcov a všetkých svätých, nech sa nad nami zmiluje a spasí nás, lebo je dobrý a miluje nás. Amen.**